

علاقة وصف ابعاد الحالة البدنيه والاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجوميه بكرة اليد

أ.م.د. أحمد اجود كاظم أ.م.د. ساهرة رزاق كاظم م.د اقبال عبد الحسين

تاريخ تسليم البحث : ٢٠٠٥/٩/٤ ؛ تاريخ قبول النشر : ٢٠٠٥/١٢/١١

ملخص البحث :

تعد كرة اليد من الألعاب التنافسيه التي تظهر فيها المواجهه المباشرة بين اللاعبين وان من العوامل التي تميز لاعب المنتخب الرياضي عن الرياضي الاقل نجاحا هو تماسكه اثناء تنفيذ المهارة لانجاح خطة هجومية او لاحراز نقطة ضد الخصم. لذا من المهم جدا ان يدخل اللاعب الى المنافسة باعلى قدر ممكن من الكفاية الذاتية ليستطيع تحمل ضغوط ومجريات اللعب المفاجئة لذا يهدف البحث دراسة نوع من الاعداد المعرفي الا وهو وصف ابعدا الحالة البدنية للاعب واتجاهه نحو المنافسة في بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.

لقد افترض الباحثون

- وجود علاقة ارتباط بين ابعاد وصف الحالة البدنية والاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- وجود علاقة ارتباط بين ابعاد وصف الحالة البدنية والاتجاه نحو المنافس للاعبة كرة اليد.
- تاثير ابعاد وصف الحالة البدنية والاتجاه نحو المنافس لدى لاعبة كرة اليد.

لقد اعتمد الباحثون المنهج الوصفي باستخدام مقياس كل من وصف ابعاد الحالة البدنية ومقياس الاتجاه نحو المنافس والذي اعده محمد حسن علاوي حيث تم استخراج معامل الصدق والثبات لها من خلال تجربة استطلاعية فضلا عن اختبار بعض المهارات الهجومية بكرة اليد (مناولة سوطية-طبطة-تهديف).

لقد شملت عينة البحث على لاعبات المنتخب الوطني العراقي بكرة اليد وعددهن ١٣ لاعبة حيث تم قياس المتغيرات الخاصة بالبحث في الفترة من ٢٠ الى ٢٣/٨/٢٠٠٥ ، وبعد جمع النتائج قام الباحثون بتحليل النتائج من خلال نظام الحاسوب الجاهز وقد توصل الباحثون الى:

١. وجود علاقة ارتباط قوية بين ابعاد وصف الحالة البدنية (قوة-سرعة-مطاولة-رشاقة-مرونة) والاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجومية (مناولة سوطية-تهديف).
٢. لم توجد علاقة ارتباط بين ابعاد وصف الحالة البدنية (قوة-سرعة-مطاولة) مع مهارة الطبطة.

٣. وجدت علاقة ارتباط بين كل من ابعاد وصف الحالة البدنية (الرشاقة والمرونة) وبين الطبطة.

٤. وجدت علاقة ارتباط بين الاتجاه نحو المنافس وبين بعض المهارات الهجومية.

٥. ان تاثير ابعاد وصف الحالة البدنية كان اقوى من الاتجاه نحو المنافس بالنسبة لبعض المهارات الهجومية.

Correlation of Physical Case Description and Attitude towards Opposing Player with Some Attacking Skills in Handball.

Assist. Prof. Dr Ahmed Gwad
Assist. Prof. Dr Sahira Razak Kadhm
Lecturer Aqbal Abd Al Hussain

Abstract:

Handball is one of competitory games that implies direct meeting face to face between players. Some factors that distinguish a sport team-player from a less successful one is self- control during performing the skill to let an attacking plan be successful or to gain a score against the opposing player.

So, it is very important for the player to join the competition with utmost possible self- efficiency in order to endure sudden pressure and incident through the game. Therefore the research aims at some sort of acknowledge preparation that is description of physical case dimension of the player and attitude to words competition with some attacking skills in handball.

Research hypothesis:

1. There is correlation between physical case description dimensions and attitude to words opposing player with some attacking skills in handball.
2. There is correlation between physical case description and attitude to words opposing player.
3. Effect of physical case description dimension and attitude towards the opposing player of a handball player.

The researchers adopted the descriptive methods through using both measures of physical case description dimensions and attitude towards opposing player, prepared by M. H. Allawi, where coefficient of validity and reliability were extracted through survey experiment in addition to testing of some attacking skills in handball (whip pass, tapping, targeting). The research simple comprised thirteen Iraqi national

females' handball team players. Measure of certain variables of this research was done on Aug.20-23rd 2005. After collecting the results, the researchers analyzed through APSS and got the conclusions. Some of these conclusions are:-

1. There is a strong correlation between physical case description dimension (strength, speed, endurance, agility, flexibility) and attitude to words apposing player with some attacking skills (Whip pass, targeting).
2. There is no correlation between physical case description dimensions (strength, speed, endurance) with tapping skills.
3. There is correlation between physical case description dimension (agility, flexibility) and a tapping.
4. There is correlation between attitude to words apposing player and some attacking skills.
5. The effect of physical case description dimension of female players was stronger than attitude to words apposing player in some attacking skills.

١ . المقدمة وأهمية البحث:

تتخذ الأنشطة الرياضية بما لا يعد من المواقف التنافسية التي تؤثر بشكل كبير على شخصيه اللاعب اذ ان التحديات والضغوط جزءاً لا ينفصل عن الرياضة ومفهومها للتنافس ، وكرة اليد واحده من هذه الرياضيات التنافسي والتي يواجه فيها اللاعب تحديات وضغوط سواء أثناء المنافسة او قبلها أثناء التدريب ، فكرة اليد بمفهوم اللاعب ليست قاصرة على التهديف وإنما هي حصيلة لمهارات فردية ولياقة وخطط فنية ، وتأتي الخصائص البدنية في منطقة وسببية في الهرم الذي افترضه (كراتي)) حيث يشير الى ان سمات القدرة الجسمية مثل الخصائص البدنية (سرعة، رشاقة، وقوة ومرونة) إنما تقوم بالتأثير على الأداء الرياضي الى جانب المدعمات السلوكية فألاعب في كرة اليد يواجه عدد من التحديات أولها كيفية وصوله الى أعلى حد ممكن من القدرة الجسميه بإبعادها ، للإحساس بذاته البدنيه التي تولد لديه القدرة على الأداء أثناء المواقف والضغوط النفسيه المفاجئه او المتوقعه أثناء سير المنافسه وفي غيابها يتولد لديه سلوك نفسي استجابة لهذه المواقف أبرزها السلوك العدواني او ما يسمى بالاتجاه نحو المنافس ، وللوقوف لمواجهة واحده من المشكلات التي تواجه المجتمع الرياضي والتي تتعارض مع الأهداف التربوية والأخلاقية للرياضة التجات الدراسات الحديثة في الدول المتقدمة الى الاهتمام بإبعاد وصف الحالة البدنية من قبل اللاعب كجزء من برنامج ما قبل المنافسة حيث ينبغي ان يكون لدى الرياضي مراقبة داخلية للمثير وهذه التقنية بسيطة تشجع الرياضي على ان يتوقف لحظات ليقرا اشارات جسمه وعقله وخلال هذه الفترة يسأل نفسه اذا كان مستوى لياقته في النطاق

المثالي وهل يحتاج الى بعض الاساليب من تغتير جاءت أهمية البحث في دراسة علاقة أبعاد وصف الحالة البدنية والاتجاه نحو المنافس بأداء بعض المهارات الهجومية للاعبة كرة اليد لمساعدته العاملين في مجال التدريب لوضع الأسس التي تساعدهم في تحديد سلوك اللاعبين أثناء المنافسه

٢-١ مشكلة البحث:

تعد كرة اليد من الرياضات التنافسية والتي فيها الاحتكاك بصورة واضحة بين اللاعبين أثناء تنفيذ الخطط الهجومية الاجراء من الاهداف لذائراعي المدرب ومنذ البداية ضرورة الاهتمام بالقدرات البدنية والمهارية للاعب حيث يشير الابحاث " من العوامل التي تميز لاعب المنتخب الرياضي الاقل نجاحا في التماسك ((البيئات)) الذي يبدا به لاعب المنتخب في تنفيذ المهارة ويعد روتين الاداء هو الجزء الهام في هذا التماسك حيث الخطوط التوجبهب التي الرشيد الرياضي في طريق النجاح :

وبالاعتماد على نظريه باندورا التي تقوم على فكرة كفاية الذات كمرادف الاعتقاد اللاعب بانه كف ويستطيع انجاز مهمة ما بنجاح واقنتدار حيث يدخل الموقف التنافيس الخماس وثقة جاءت مشكله البحث في دراسة المنافسة من خلال ربطة بمتغيرين اخرين هو الاتجاه نحو المنافس واداء لبعض المهارات الهجومية بكرة اليد للتعرف على الصله التي تساعد اللاعب على ايجاد التطور المتكامل للاعبه والذي يرتبط بفهم طبيعة المنافسة والجوانب النفسية والبدنية والمهارية اللاداء فضلاعن عدم وجود دراسة مشابهة البحث في هذا الموضوع .

٣-١ اهداف البحث

يهدف البحث الى التعرف على

١. علاقة أبعاد وصف الحالة البدنية ببعض المهارات الهجوميه بكرة اليد للاعبات المنتخب الوطني العراقي
٢. علاقة الاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجوميه بكرة اليد للاعبات المنتخب الوطني العراقي
٣. علاقة ابعاد وصف الحالة البدنيه بالاتجاه نحو المنافس لدى اللاعبه كرة اليد

٤-١ فروض البحث:

١. وجود علاقة ارتباط بين أبعاد وصف الحالة البدنية والاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجومية بكرة اليد للاعبات المنتخب الوطني العراقي
٢. وجود علاقة ارتباط بين ابعاد وصف حاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس للاعبه كرة اليد
٣. تأثير ابعاد وصف حاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس لدى اللاعبه كرة اليد

٥-١ مجالات البحث:

- المجال البشري : لاعبات المنتخب الوطني العراقي بكرة اليد
- المجال المكاني : كليه التربية الرياضيه للبنات / بغداد
- المجال الزمني: ٢٠٠٥/٨/٢٣/٢٠

٦-١ تحديد المصطلحات

- الاتجاه نحو المنافس : "سلوك موجه ومقصود ضد فرد آخر بهدف الإيذاء او ايقاع الضرر مع الآخرين" (١٥:٢٠٥)
- حاله البدنيه : "قدرة اللاعب على تقدير مايمكنه من ابعاد بدينه تمكنه من خلق ثقة من تحقيق العمل الحركي او الواجب الحركي المراد منه"

٢- الدراسات النظرية والمشابهة :

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ ماهية الاتجاه نحو المنافس :

نشأ العداء مع نشأة الخليقة ومنذ قصة قابيل وهابيل التي مثلت صورة الاعتداء الإنسان على أخيه الإنسان وحتى يومنا هذا وهو يتمثل بالاعتداء الفردي او الجماعي ويخذ أشكال متعددة ويشكل خطرا يهدد الانسانيه والمجتمعات ، مما ادى الى البحث عن كافة الوسائل ووضع القوانين واللوائح التي تحد من خطر هذا السلوك الرهيب (١:١٤٠)

يقترن سلوك الاتجاه نحو المنافس (العدوان) بأنفعالات عديده كالغضب والحقد والإحباط ، وهو وسيله يحاول بها الفرد استعادة توازنه النفسي دون النظر الى من يقع عليه الاعتداء ، لذلك فلامناس من القيام به في الواقع او الخيال بالنسبه اليه . وقد يكون الاعتداء على مصدر الاحباط مباشرة او يرتد على الذات (٩:٥٩)

وقد اشارت العديد من الدراسات الى ان التعبير عن سلوك الاتجاه نحو المنافس لا يؤدي بالضرورة الى خفض قوة مما يتناقض ونظرية الدافع وخفض التوتر

وعليه ظهرت اتجاهات أخرى فسرت هذا السلوك على انه سلوك متعلم اما من خلال الملاحظة او من خلال التقليد ، كما ان الادله تشير الى ان السلوك العدواني الذي يثاب صاحبه عليه يكون اكثر عرضه للتقليد من قبل الآخرين (١٦:٣)

كما فسر سلوك الاتجاه نحو المنافس على انه سلوك موروث (فرويد - ادلر-كلاين) اذ اعتبر هؤلاء العلماء ان السلوك العدواني موروث فطري في النفس البشرية يؤدي الى اختلال كيانه وتدهوره وعليه فهو سلوك غريزي (١:١٩١)

كما تلعب الحالة الاجتماعية للفرد دوراً في ظهور هذا السلوك في عدمه فعندما يكون الفرد عضواً في مجموعته متماسكة فان أي اعتداء عليه يقوم بدفعه الى الاستتار والاستجابة بعنف مبالغ فيه (٣:٤٤٣)

وبما ان لعبة كرة اليد من الالعاب الجماعية فانها تفرض على ممارسيها العمل بالاسلوب الجماعي او الفرقي لنقل الكرة والوصول الى مرمى الخصم الامر الذي يتطلب مواجهه الخصم والاحتكاك به والصراع معه بغية الحصول على الكرة او اصابة الهدف مما يسهم في ظهور سلوك الاتجاه نحو المنافس فضلا عن ردود افعال الجهود او الاعتراض على قرارات الحكام التي تنتسب بشكل او بأخر بالتصرف بعدائية من قبل اللاعبين

٢-١-١-١ انواع سلوك الاتجاه نحو المنافس (العدوان) (١٢ : ١١-١٦)

حاول الباحثون النظر الى سلوك الاتجاه نحو المنافس من خلال الهدف من هذا السلوك او مايتوقعه اللاعب المعتدى من نتيجة قيامه بالسلوك العدواني وبناء على ذلك تم تقسيم انواع الاتجاه نحو المنافس الى:

١. **العدوان العدائي** : وهو محاولة اللاعب اصابة اللاعب المنافس لاهداف الالم والاذى مثل

محاولة لاعب كرة اليد اصابة منافسه او دفعه للسقوط على الارض

٢. **العدوان الواسيلي** : محاولة اللاعب اصابة اللاعب المنافس بهدف الحصول على التعزيز

والتدعيم كتشجيع الجمهور او رضا زملائه او اعجاب المدرب مثل قيام لاعب كرة اليد

بإعاقه عنيفة لمنافسه لمنع من التصويب على المرمى للحصول على تشجيع الجمهور له ان

كلا النوعين من السلوك يجب محاربتها والحد منها في المجال الرياضي الذي يتميز

بالمنافسة الشريفة واللعب النظيف في ظل قوانين ثابتة ومعروفة تدين هذان النوعين من

السلوك وتعاقب عليهما .

٣. **السلوك الجازم**: نوع من السلوك البدني او اللفظي يقوم به اللاعب اثناء المنافسه والذي

يتميز بالقوة والتصميم والكفاح في اطار القانون الخاص باللعبه لتحقيق الفوز وليس يهدف

إصابة الخصم او ايدائه او الحصول على التدعيم بل هو لعب رجولي مشروع

وصف الحالة البدنية :

ان وصف الحالة البدنية هو التعبير الذاتي من قبل اللاعب حول ما يمتلكه من الصفات البدنية ويعتمد هذا التعبير اولاً على الخبرة ومستوى وعيه والادراك الذاتي الموضوعي من قبله الذي يمكنه من امكانية تقييم نفسه او تقييم مستوى لياقته البدنية على ضوء امكانيته في الاداء المهاري للعبة فضلا عن تقييمه لنفسه في ضوء مستوى لياقته اثناء قيامه بالتدريب خلال الوحدات التدريبية ويعتمد ايضا بالاساس على ثقة اللاعب بنفسه وصراحته في التعبير دون خوف او مجامله للوضع ويتأتى من دور المدرب او المربي في تعليم اللاعب منذ البداية على الصراحة وكيفية التقييم عن طريق التغذية الراجعة بكافة انواعها وحسب اللعبة وتعد هذه الطريقة من الطرق الحديثه التي تساعد المعلم او المدرب في اعطاء الدور الاكبر للمتعلم او اللاعب في الاعتماد على نفسه في التدريب وتجاوز العقبات وان يكون فعالاً وليس متلقياً دائماً وهذا يؤدي بطبيعة الحال الى غرس الثقة بين المعلم والمتعلم او المدرب واللاعب وتقريب المسافة بينهم في سبيل الوصول للهدف المراد بلوغه

٣- اجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث

٣-٢ عينة البحث :

تمثلت عينة البحث بلاعبات المنتخب الوطني العراقي في كرة اليد للنساء وبلغ عددهن (١٣) لاعبه للاعمار (١٦) سنة فما فوق ، ولغرض تكافؤ العينة تم استخراج معامل الالتواء في المتغيرات الخاصه بالبحث والجدول (١) يوضح ذلك اما بالنسبة للتجانس العينه فانها تعد متجانسة لانها تمثل لاعبات المنتخب الوطني .

الجدول (١)

يبين تكافؤ العينة في متغيرات البحث

المتغيرات	الوسيط	الانحراف	التفلاتح
قوة عضليه	١٩,٠٧٦	١,٠٣٧	٠,٤٩
التحمل	١٨,٧٦٩	٢,٢٧٨	٠,٠٢٤
السرعة	١٨,٥٣٨	١,٣٣	٠,١٩٢
مرونه	١٧,٣٨٤	٣,٥٢٤	٦,٩٣٧
رشاقة	١٨,١٥٣	٢,٣٧٥	-٠,٢٧٣
الاتجاه نحو المنافس	٧١,١٥٣	٩,٧٢٨	١,٠٤٨
المناوله السوطيه	٢١,٣٨٤	٢,١٤٢	-١,٤٩١
الطبطبه	٢٤,٠٠٠	١,٠٠٠	-٠,٦١٨
التصويب	٢١,٠٧٦	١,٨٤٦	١,٠٣١

٣-٣ ادوات البحث :

٣-٣-١ مقياس التوجه نحو المنافس :

استخدم الباحثون مقياس الاتجاه نحو المنافس (العدوان الرياضي) والذي أعده محمد حسن علاوي ، يتألف المقياس من (٢٤) فقره منها (٧) فقرات سلبية هي الفقرات (٢٤، ٢١، ١٦، ١٢، ٨، ٥، ٢) وبقية الفقرات ايجابية ، تحتسب الإجابات وفق مقياس خماسي التدرج (دائماً ، غالباً، أحياناً ،نادراً، ابداً) والدرجة العالية على المقياس تشير الى اللاعبه التي يغلب عليها طابع الخشونة والعدوان

٣-٣-٢ مقياس وصف الحاله البدنيه :

استخدم الباحثون مقياس وصف الحالة البدنية المعد من قبل محمد حسن علاوي ، يتألف المقياس من (٥) ابعاد (القوة العضليه ، التحمل، السرعة، المرونه، الرشاقه) كل بعد تقسيمه (٦) عيبارات ، أي ان الاختبار يتألف من (٣٠) عبارة نصفها سلبيه (١١، ١ ، ٢١ ، ٧ ، ١٧، ٢٧، ٣ ، ١٣، ٢٣، ٩، ١٩، ٢٩، ٥، ١٥، ٢٥) والنصف الاخر عبارات ايجابيه ، ويتم احتساب الاجابات في ضوء مقياس خماسي التدرج (* تطبق بدرجة كبيره جدا ، بدرجة كبيره ، بدرجة متوسطة، بدرجة قليله، بدرجة قليله جدا) (١١:٢١)

٣-٣-٣ الاختبارات المهاريه بكرة اليد : (٦:٣٦)

لقياس مستوى الاداء المهاري بكرة اليد تم اعتماد الاختبارات التاليه

١. اختبار تمرير واستلام الكرة على الحائط (٣٠) ثا:

- الغرض من الاختبار : قياس سرعة التمرير على الحائط

- الادوات : كرة يد (٥) حائط مستو، ساعه ايقاف

- وضع الاداء : تقف المختبره على بعد (٣ م) من الحائط وتقوم بتمرير الكرة الى الحائط

واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في الزمن المحدد

- التسجيل : تحسب عدد التمريرات في الزمن المحدد(٣٠)ثا

٢. اختبار الطبطبه المستمرة في اتجاه متعرج مسافة (٣٠ م) : (٦:٣٦٣)

- الغرض من الاختبار : قياس مستوى مهارة الطبطبه

- الادوات : (٥) شواخص ، كرة يد، ساعه ايقاف

- وضع الاداء : تثبت (٥) شواخص على الأرض في خط مستقيم ، المسافة بين كل شاخص

(٣م) ويرسم خط البدايه والنهائيه على مسافة (٣م) من الشاخص الاول ، كقف المختبره خلف

- خط البداية وعند الإشارة تقوم بطبقة الكرة مع الجري على شكل متعرج بين الشواخص ذهاباً وإياباً حتى تعبر خط النهاية
- **التسجيل:** يحسب الزمن المسجل ذهاباً وإياباً من لحظة البدء حتى تخطي المختبره لخط النهاية
٣. اختبار التصويب بكرة اليد (٣٠ ثا) : (٧ : ٢٢)
- **الغرض من الاختبار :** قياس دقة التصويب
- **الادوات :** (٥) كرة اليد ، حائط مستو ، ساعة إيقاف
- **وصف الاداء :** تقف المختبره على بعد (٣م) من الحائط المرسوم عليه دائرة قطرها (٤٠سم) وعلى ارتفاع (١,٥م) عن مستوى سطح الارض ، وتقوم بالتصويب على الدائرة لمحاولة لمس منتصفها وذلك في زمن قدرة (٣٠ ثا)
- **التسجيل :** تحتسب عدد المرات الصحيحه في التصويب في منتصف الدائرة في الزمن المحدد (٣٠ ثا)

٣-٤ الاسس العلمية للاختبارات :

- لاجل تحديد الاسس والشروط اللازمة لتطبيق والاختبارات المهارية تم الاعتماد الاجراءات التاليه
١. للتحقيق من صدق المقاييس والاختبارات التي تم استخدامها ، تم عرضها على الخبراء والمتخصصين* لتحديد صلاحيتها وملائمتها لمستوى عينة البحث ، أي تم استخدام الصدق الظاهري وقد حصلت موافقة الخبراء على مقياس البحث والاختبارات المهارية ونسبة اتفاق ٨٠% ٩٤%
٢. فيما يتعلق بالثبات والذي يشير الى درجة استقرار الاختبار والتناسق بين اجزائه فقد تم ايجاد الثبات لمقياس البحث والاختبارات المهارية بطريقة اعادة الاختبار وذلك بتطبيقه مرتين على عينة مؤلفه من (٣) لاعبات من خارج التجربة الرئيسييه ، تم احتساب معامل الارتباط (بيرسون) للدرجات في التطبيق وتبين ان القيم كانت معنونه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) والجدول (٢) يبين معامل الثبات وثم استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات مؤشرا لصدق هذه الاختبارات والمقاييس مضافا انها خضعت لتقويم الخبراء

الجدول (٢)

يبين معامل الصدق والثبات لمتغيرات البحث

الانحراف	الوسيط	المتغيرات
٠,٨٢	٠,٧٢	قوة عضليه
٠,٨٩	٠,٧٩	التحمل
٠,٩٨	٠,٩٧	السرعة
٠,٩٥	٠,٩٠	مرونة
٠,٨٥	٠,٧٢	رشاقة
٠,٩٤	٠,٨٨	الاتجاه نحو المنافس
٠,٨٥	٠,٧٢	المناولة السوطيه
٠,٩٢	٠,٨٥	الطبطبه
٠,٩٨	٠,٩٦	التصويب

٤ - عرض النتائج ومناقشتها :

لقد تم تحليل النتائج باستخدام نظام الحاسوب الجاهز ssps وقد تم تحليل نتائج علاقة ابعاد وصف الحاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس ببعض المهارات الهجوميه بكره اليد

الجدول (٣)

يبين معامل الارتباط بين وصف الحاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس للاعبات

وبعض مهارات كرة اليد

تصويب	طبطبه	المناولة السوطيه	الاتجاه نحو المنافس	رشاقه	مرونة	سرعة	التحمل	قوة عضليه	وصف الحاله البدنيه
*٠,٨٢٣ *	-٠,٢٤١	*٠,٨٤٨ *	*٠,٨٥٧ *	*٠,٩٠٨ *	٠,٤٢٤	*٠,٨٧٣ *	*٠,٨٨٩ *		قوة عضليه
*٠,٨٩٦ *	-٠,٣٦٦	*٠,٩٠٧ *	*٠,٩١١ *	*٠,٩١٦ *	٠,٤٨٩	*٠,٩٥٢ *			التحمل
*٠,٨٦٨ *	-٠,٤٣٩	٠,٨٨٦ **	*٠,٩١٤ *	*٠,٩٤٨ *	٠,٥٣٩				سرعة
*٠,٧٤٢ *	*٠,٧٣٣ *	*١٥٦٤	*٠,٥٨٢	*٠,٥٦٠					مرونة
*٠,٨٥٢ *	*٠,٥٦١	*٠,٨٨٨ *	*٠,٨٤٦ *						رشاقه
*٠,٩٢٧ *	٠,١٩٧	*٠,٨٧٧ *							الاتجاه نحو المنافس

٠,٨٧٧	-٠,٤٦٧ **								المناولة السوطيه
٠,٢٢٩									الطبطة
									التصويب

لتحقيق الفرضية الاولى يبين الجدول (٣) ان هناك علاقه ارتباط ما بين :

أولاً. ابعاد وصف الحاله البدنيه للاعبات وبعض المهارات بكره اليد:

١. هناك علاقه ارتباط معنويه قويه بين القوة العضليه والمناولة السوطيه حيث بلغت قيمة ٠,٨٤٨

كما انه تم توجد علاقه ارتباط بين القوة العضليه ومهاره الطبطة حيث بلغت قيمة معامل

الارتباط (٠,٢٤١-) في حين كان هناك علاقه ارتباط معنويه قويه بين القوة العضليه والتصويب

بكره اليد بلغ قيمة معامل الارتباط (٠,٨٢٣) مما سبق يتوضح للباحثين : ان قوة الرياضي يكون

مصدرها في النظام العصبي - عضلي عن طريق تحويل الطاقه الكيماويه او الكامنه الى طاقه

حركيه (تقلص العضله) لاداء واجب معين (مهارة) وهنا يخضع اللاعب في كره اليد اثناء

التدريب الى تحسين عمل العضلات المناسبه مع المهارة او الواجب الحركي ، ففي مهارة المناولة

والتصويب يحتاج اللاعب الى القوة بشكل اكبر من مهارة الطبطة ،

٢. وجد ان هناك علاقه ارتباط معنويه قويه بين التحمل وبين المناولة السوطيه حيث بلغ قيمة

٠,٩٠٧ في حين لم توجد علاقه معنويه بين التحمل والطبطة حيث بلغ قيمة معامل الارتباط

(-٠,٣٦٦) بينما وجد ان هناك علاقه ارتباط قويه بين التحمل والتصويب حيث بلغ قيمة

(٠,٨٩٦) مما سبق يتوصل الباحثون الى ان التحمل السريع ذهابا وايابا لاحراز اكبر عدد من

الاهداف خلال الزمن المحدد للشوط وهنا نجد ان التحمل له علاقه وطيده للتدريب على مهارة

المناولة السوطيه والتهديف لكنه يقل عند استخدام مهارة الطبطة ويمكن ارجاع السبب هنا الى

قله استخدام هذه المهارة لعدم اضاعة وقت واستغلاله للمناولة وللتهديف .

٣. وجد ان هناك علاقه ارتباط معنويه قويه بين السرعة ومهارة المناولة السوطيه حيث بلغت قيمته

٠,٨٨٦ بينما لم توجد علاقه ارتباط معنويه بين السرعة ومهارة الطبطة حيث بلغ قيمة معامل

الارتباط (-٠,٤٣٩) من حين وجدت هناك علاقه ارتباط قويه بين السرعة ومهارة التصويب

حيث بلغ قيمة (٠,٨٦٨) مما سبق نجد ان السرعة هي احد المكونات الاساسيه الهامة لللياقة

البدنيه وهي القدرة على اداء حركة معينة بأقصر وقت ممكن (٥,٢٥٤) ويحتاج لاعبة كره اليد

الى سرعة اداء المهارات واستغلال الوقت لاداء هجوم سريع ومنظم واهداف لذلك ظهرت العلاقه

المعنويه بين السرعة والمناولة السوطيه والتصويب لان كلما قصر زمن اداء الواجب او المهارة

كلما تمكن اللاعب من اختبار زمن رد فعل اللاعب الخصم وتمكن من اداء هجوم سريع ناجح في حين ان مهارة الطبطبة تستخدم ولكن في اغلب الاحيان للتهديء في الملعب او عند تغير خطة

٤. وجد ان هناك علاقة ارتباط معنويه بين المرونه والمناوله حيث بلغ قيمته (٠,٥٦٤) كذلك وجدت علاقة ارتباط قوية بين المرونه والطبطبة والتصويب حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٧٣٣) كذلك وجدت علاقة ارتباط بين المرونه والتصويب حيث بلغت قيمته (٠,٧٤٢) يحتاج لاعب كرة اليد لاداء المهارات بشكل جيد بعيد عن الاصابات الخاصه لهذه اللعبه والتي يمتاز بالاحتكاك الجسماني الى نوع من المرونه يدعى المرونه المتحركه او الديناميكيه وهي مدى الحركه التي يستطيع العضو التحرك الوصول اليه اثناء اداء حركه تتم بالسرعه القصوى (١٠١:٤)

٥. وجد ان هناك علاقة ارتباط معنويه قويه بين الرشاقه والمناوله السوطيه حيث بلغ قيمته (٠,٨٨٨) كما وجدت علاقة ارتباط معنويه قويه بين الرشاقه والطبطبه حيث بلغت قيمته (٠,٧٦١) كذلك هناك علاقة ارتباط معنويه بين الرشاقه والتصويب حيث بلغت قيمته (٠,٨٥٢) ان استيعاب اللاعب للاتجاه رئيسي لبعده الرشاقه يتجسد من خلال مختلف الخبرات والامكانيات الحركيه الجديده والتي تؤدي الى زياده الخبرات الحركيه عنده (اللاعب) بصوره تمكنه من اداء كافة المهارات بشكل انسيابي ودقيق

ثانياً. الاتجاه نحو المنافس للاعبات وبعض المهارات بكره اليد:

وجد ان هناك علاقة ارتباط معنويه قويه بين الاتجاه نحو المنافس ومهاره المناوله السوطيه حيث بلغت قيمته (٠,٨٧٧) في حين لم توجد علاقته ارتباط بين الاتجاه نحو المنافس ومهاره الطبطبه حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (- ٠,١٩٧) كذلك وجد ان هناك علاقته ارتباط قويه بين الاتجاه نحو المنافس ومهاره التصويب حيث بلغت قيمته (٠,٩٢٧) يتوصل الباحثون مما سبق الى :

تعد مهارة المناوله السوطيه والتهديف احدى المهارات الهجوميه المهمه في كرة اليد والتي تعتمد احراز اكبر عدد من النقاط لذلك يحرص المدرب على تطوير القدرات المهاريه بحيث يكون اللاعب عند الاشتراك بالمنافسه افضل حالات الاداء الحركيه وعند ضعف مستوى اداءه يؤدي بالمدرّب الى ابعاده عن اللعب او تهديده بالتوقف مما يؤدي الى العدوانيه وهناك اسباب اخرى قد تؤدي الى ظهور العدوانيه فيها في حالة المنافسه النهائيه او تقارب النتائج في نهاية وقت المنافسه

ولتحقيق الفرضيه الثانيه نرى في الجدول رقم ((٤))

- ان هناك علاقة ارتباط معنوية قوية بين ابعاد وصف الحالة البدنية القوة العضلية ، التحمل، السرعة والرشاقة مع الاتجاه نحو المنافس حيث بلغت قيمته معامل الارتباط (٠,٨٥٧) و (٠,٩١١) و (٠,٩١٤) و (٠,٨٤٦) على التوالي ووجدت علاقة ارتباط معنوية للمرونة ولكن بشكل اقل قوة مع الاتجاه نحو المنافس حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٥٨٢) يتضح مما سبق :-

- ان هناك علاقة وثيقة بين ابعاد وصف الحالة البدنية مع الاتجاه نحو المنافس حيث تكاد هذه العلاقة تكون متعاكسه احيانا او طرديه احيانا

وتظهر النتائج ان اللاعبين الذين يتمتعون بدرجة عالية من لياقتهم البدنية عاليه يظهرن قدرأ اقل من السلوك ، مقارنتهم باقرانهم اللذين لم ينالو تدريبا كافيا ولايتمتعون بحاله جيده من حيث لياقتهم البدنية وقدراتهم المهاريه فمن الاهميه ان يحرص المدرب على تطوير اللياقة البدنية والمهارية بحيث يكون اللاعب في افضل حالاته (الفورمة الرياضية) عند الاشتراك بالمنافسات مع مراعاة احتفاظ اللاعبين ذو المستوى العالي من العدوانيه (٢:٢٢٣) ولتحقيق الفرض الثالث نرى في الجدول (٣)

الجدول (٤)

يبين تحليل الانحدار الى المتغير المعتمد

قيمة f الجدوليه	قيمة f المحسوبه	متوسط المربعات الخطأ	درجة الحريه	مجموع المربعات	
٠,٠٤٤	٦,٤٧٤	٦,٣٩١	٨	٥١,١٢٨	الانحدار
R2 قيمة معامل التحديد		٠,٩٨٧	٤	٣,٩٤٩	البواقي
٠,٩٣			١٢	٥٥,٠٧٧	الكلي

والذي يبين تحليل تباين الانحدار الى المتغير المعتمد (مهارة المناوله السوطيه) ان قيمة f المحسوبه (٦,٤٧٤) بالمقارنة مع الدرجة الجدوليه وقيمتها (٠,٠٤٤) نجد ان الفرق معنويأ أي ان المتغيرات (ابعاد وصنف الحاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس للاعبات نحو المناوله قد ساهمت بنسبة ٠,٩٣ وهذه النسبه عاليه جداً وبالنظر الى الجدول (٥)

الجدول (٥)

يبين تحليل تباين الانحدار الى المتغير المعتمد (المناولة السوطيه)

النتيجة	المعنويه	قيمة t	الخطا المعياري للمعامل	الخطا المعياري للمعادلات القياسية		النموذج
				الخطا المعياري	تقدير المعاملات	
معنوي	٠,١٨٠	١,٦٢٣		١٨,٧٢٠	٣٠,٣٧٧	الحد الثابت
معنوي	٠,٣٨٨	٠,٤٣٢ -	٠,١٨١	٠,٨٦٥	٠,٣٧٣ -	قوة عضليه
معنوي	٠,١٦٥	١,٦٩٨	١,٢٤٢	٠,٦٨٧	١,١٦٧	التحمل
معنوي	٠,١٧٩	١,٦٢٩ -	١,٥١٠	١,٤٩٢	٢,٤٣٢ -	السرعه
معنوي	٠,٢٢٦	١,٤٣٠	٠,٢٥٧	٠,١٠٩	٠,١٥٦	مرونه
معنوي	٠,٤١٩	٠,٥٣٩	٠,٣٤٦	٠,٥٧٩	٠,٣١٢	رشاقه
ضعيف	٠,٦٧٣	٠,٤٥٥ -	٠,٣١٤	٠,١٥٢	f-c ٦,١٠	الاتجاه نحو المنافس

يبين الجدول رقم (٥) تغذية معاملات الانحدار بين ابعاد وصف حاله البدنيه للمتغير المعتمد المناوله السوطيه اذ ظهر ان تقدير معلمة الحد الثابت وقيمتها (١,٦٢٣) ومعلمة ابعاد وصف حاله البدنيه (القوة العضليه) والتحمل والسرعه والمرونه والرشاقه (٠,٤٣٢ -) و (١,٦٩٨) و (١,٦٢٩ -) و (١,٤٣) و (٠,٥٣٩) على التوالي بينما كانت قيمة معلمة الاتجاه نحو المنافس (٠,٤٥٥) والاختبار المعلمات يتضح ام معلمة الحد الثابت ومعلمة ابعاد وصف حاله البدنيه لها تاثير معنوي على مهارة المناوله السوطيه في حين انخفضت معلمة الاتجاه نحو المنافس لدى اللاعبين

وهنا يتضح ان تاثير ابعاد وصف الحالة البدنيه كان اكثر وقعا من الاتجاه نحو المنافس اما في الجدول رقم (٦) والذي يبين تباين الانحدار الى المتغير المعتمد (مهارة الطبطبه)

الجدول (٦)

يبين تحليل الانحدار الى المتغير المعتمد (الطبطبة)

قيمة f الجدوليه	قيمة f المحسوبه	متوسط المربعات الخطأ	درجة الحريه	مجموع المربعات	
٠,٢٦	٨,٧٥٦	١,٤١٩	٨	١١,٣٥٢	الانحدار
R2 معامل التحديد		٠,١٦٢	٤	٠,٦٤٨	البواقي
٠,٩٤٦			١٢	١٢,٠٠٠	الكلية

ان قيمة F المحسوبة (٨,٧٥٦) بالمقارنة مع الدرجة الجدوليه وقيمتها (٠,٢٦) نجد ان الفرق معنويا أي ان ابعاد وصف حاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس للاعبين نحو مهارة الطبطبه قد ساهمت بنسبة (٠,٩٣) وهذه النسبه عاليه وبالنظر الى الجدول رقم (٧)

الجدول (٧)

يبين تحليل تباين الانحدار الى المتغير المعتمد (مهارة الطبطة)

النتيجة	المعنوي	قيمة t	الخطا المعياري للمعامل	الخطا المعياري للمعادلات القياسية		النموذج
				الخطا المعياري	تقدير المعاملات	
معنوي	٠,١٠٤	٢,٠٩٦		٧,٥٨٥	١٥,٨٩٩	الحد الثابت
معنوي	٠,٠٥٤	٢,٦٩	٠,٩٨١	٠,٣٥٠	٠,٩٤٥	قوة عضليه
معنوي	٠,٨٨٥	١,١٥٨ -	٠,١ -	٠,٢٧٩	٤,٣٩٤ -	التحمل
معنوي	٠,٨٩٦	٢,١٣٩	٠,٨١١	٠,٣٠٥	٨,٣٨٢	السرعه
معنوي	٠,٦٦	٢,٥١٧ -	٠,٣٩٣ -	٠,٤٤	٠,١١٢ -	مرونة
معنوي	٠,٣٢	٣,٢٤٢ -	١,٨٠٧ -	٠,٢٣٥	٠,٧٦١ -	رشاقه
ضعيف	٠,٨١٠	٠,٢٥٧ -	٠,١٥٤ -	٠,٠٦٢	١,٥٨٠ -	الاتجاه نحو المنافس

يبين الجدول رقم (٧) لتقدير معاملات الانحدار بين ابعاد وصف حاله البدنيه للمتغير المعتمد مهارة الطبطة حيث ظهر ان تقدير معلمة الحد الثابت وقيمته (٢,٠٩٦) ومعلمة ابعاد وصف حاله البدنيه القوة العضليه والتحمل والسرعه والمرونة والرشاقه (٢,٦٩٧) و (١,١٥٨) و (٢,١٣٩) و (٢,٥١٧) و (٣,٢٤٢) على التوالي بينما كانت قيمة معلمة الاتجاه نحو المنافس (-٠,٢٥٧) والاختبار المعلمات يتضح ان معلمة الحد الثابت ومعلمة ابعاد وصف حاله البدنيه لها تاثير معنوي على مهارة الطبطة بينما انخفضت معلمة الاتجاه نحو المنافس لدى اللاعبات ، وهنا يتضح ان تاثير ابعاد وصف حاله البدنيه كان اكثر وقعا من الاتجاه نحو المنافس ، اما الجدول (٨) والذي يبين تحليل الانحدار الى المتغير المعتمد (التصويب) ان قيمة f المحسوبه (٧,٨٠)

الجدول (٨)

يبين تحليل الانحدار الى المتغير (التصويب)

قيمة f الجدوليه	قيمة f المحسوبه	متوسط المربعات الخطأ	درجة الحريه	مجموع المربعات	
٠,٣٢	٧,٨٠٩	٤,٨٠٨	٨	٣٨,٤٦	الانحدار
قيمة معامل التحديد R2		٠,٦١٦	٤	٢,٤٦٣	البواقي
٠,٩٤			١٢	٤٠,٩٢٣	الكلية

وبالمقارنة مع الدرجة الجدوليه (٠,٣٢) نجد ان الفرق معنويا أي ان المتغيرات ابعاد وصف حاله البدنيه والاتجاه نحو المنافس للاعبات مهارة التصويب قد ساهمت بنسبة ٠,٩٤ وهذه النسبه عاليه جدا

الجدول (٩)

يبين تحليل تباين الانحدار الى المتغير المعتمد (التصويب)

النتيجة	المعنوية	قيمة t	الخط المعياري للمعامل	الخط المعياري للمعادلات القياسية		النموذج
				الخط المعياري	تقدير المعاملات	
معنوي	٠,٢٢٣	١,٤٤٠		١٤,٧٨٤	٢١,٢٨٨	الحد الثابت
معنوي	٠,٣٥٠	- ١,٠٥٨	- ٠,٤٠٦	٠,٦٨٣	٠,٧٢٢ -	قوة عضليه
معنوي	٠,٦٥٩	٠,٦٧٦	٠,٣١٩	٠,٥٤٣	٠,٢٥٨	التحمل
معنوي	٠,٦٠١	- ٠,٩٦٧	- ٠,٤٨١	١,١٧٩	٠,٦٦٨ -	السرعه
معنوي	٠,٣٤٧	- ١,٠٦٥	- ٠,١٧٦	٠,٠٨٦	٩,١٩٧ -	مرونه
معنوي	٠,٣٥١	١,٠٥٤	٠,٦٢٠	٠,٤٥٧	٠,٤٨٢	رشاقه
ضعيف	٠,٨٩٠	- ٠,١٤٧	- ٠,٠٩٣	٠,١٢٠	١,٧٦٦ -	الاتجاه نحو المنافس

اما من خلال جدول رقم (٩) لتقدير معاملات الانحدار بين ابعاد وصف الحاله البدنيه للمتغير المعتمد مهارة التصويب حيث ظهر ان تقدير معلمة الحد الثابت وقيمته (١,٤٤٠) ومعلمة ابعاد وصف الحاله البدنيه (القوة العضليه والتحمل والسرعه والمرونه والرشاقه) (- ١,٠٥٨) و (٠,٦٧٦) و (- ٠,١٧٦) و (٠,٦٢٠) و (- ٠,٠٩٣) على التوالي بينما كانت قيمة معلمة الاتجاه نحو المنافس (- ٠,١٤٧) ولاختبار المعلمات يتضح ان معلمة الحد الثابت ومعلمة ابعاد وصف الحاله البدنيه لها تاثير معنوي على مهارة التصويب في حين انخفضت معلمة الاتجاه نحو المنافس لدى اللاعبين ، وهنا يتضح ان تاثير ابعاد وصف الحاله البدنيه كان اكثر وقعا من الاتجاه نحو المنافس . مما سبق يتوصل الباحثون من خلال ماتم عرضه في الجدول (٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩) ان تاثير وصف الحاله البدنيه لدى لاعبات كرة اليد كان له الوقع الاكثر في اداء بعض مهارات كرة اليد وتعد هذه النتيجة تعد موضوعيه حيث ان لاعبات منتخب كرة اليد لاعبات ذوات قدره على التميز من خلال الخبره والتدريب الطويل ان اللاعب متى استطاع ان يكون ذو قدره بدنيه عاليه تتكون لديه ثقه بالنفس وطاقه نفسيه عاليه تؤهله للفوز مما يدعو دون الحاجه الى العنف والعدوان "ان اللياقة البدنيه لها دور اساسي في الاقلال من السلوك العدواني وزيادة الضبط الانفعالي لذا يجب ان يحظي جميع اللاعبين بقدر كبير من اللياقه تمكنه من مواجهه المواقف التنافسي" (١٤: ١٢٤) ، اذ ان اللاعب متى ركز على ادائه في المنافسه من خلال الاستفاده من قدراته البدنيه الخاصه تؤدي الى قلة القلق الحاصل قبل

المنافسه والتي تؤدي في حالة عدم السيطرة عليه الى التوتر الزائد الذي ينصب في اصابته بعصبية المنافسه وخوفه من الهزيمة والتي تؤدي الى العدوان(٨-٩: ١٢)

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات:

توصل الباحثون الى ما يأتي:

١. وجد هناك علاقة قوية بين ابعاد وصف الحالة البدنيه (القوة العضليه والتحمل والسرعه والمرونه والرشاقه) مع مهارتي المناوله السوطيه والتهديف
٢. لم توجد علاقته ارتباط بين ابعاد وصف الحاله البدنيه (القوة العضليه والتحمل والسرعه والمرونه مع مهارة الطبطبه)
٣. وجدت علاقته ارتباط بين كل من الرشاقه والمرونه وبين الطبطبه
٤. وجدت علاقته بين الاتجاه نحو المنافس للاعبات وبين مهارة المناوله السوطيه والتهديف والطبطبه
٥. ان تاثير ابعاد وصف البدنيه للاعبات كرة اليد كان اقوى من الاتجاه نحو المنافس بالنسبه لاداء المهارات المناوله السوطيه والطبطبه والتهديف

٥-٢ التوصيات :

يوصي الباحثون بما يأتي:

١. ضرورة الاهتمام ابعاد وصف الحالة البدنيه للاعب اووضحة ضمن البرنامج التدريبي لزيادة كفاءة الذات لدية
٢. الاهتمام بتطوير عنصر الرشاقه والمرونه بصورة اكثرلما لها من اهمية في المهارات الهجومية
٣. التاكيد على الحفاظ على مستوى معين من اتجاه اللاعب نحو المنافس للتقليل من السلوك الغير رياضي وانجازهم عن قوابنين اللعبه

المصادر:

١. ابراهيم ريكان: النفس والعدوان ، بغداد ، دار الشؤون الثقافية ، ١٩٨٧
٢. اسامة كامل راتب : علم نفس الرياضه . المفاهيم - التطبيقات ط ٣ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠
٣. تريفرز : علم النفس التربوي (ترجمة) موفق الحمداني ومحمد ولي الكربولي، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٧٩
٤. حلمي حسين: الياقه البدنيه ، قطر ، دار المتنبى، ١٩٨٥
٥. ريسان خريبط محمد : التدريب الرياضي ، البصرة، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ١٩٨٨
٦. ضياء الخياط، عبد الكريم غزال . كرة اليد . الموصل. دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٨
٧. عادل علي حسين ، نفيسه محمد ابو زيد . الاعداد البدني والمهارات الاساسيه ، ط ١ البحرين وزارة التعليم العالي - ادارة المناهج ، ١٩٩٣
٨. عبد الرحمن عدس ، نابغة قطامي. مباديء علم النفس ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ٢٠٠٠
٩. علي كمال . النفس وانفعالاتها ، ج ٢ ، العراق، دار واسط ١٩٨٩
١٠. قاسم المندلاوي وآخرون . الاختبارات والقياس والتقييم في التريبه الرياضيه ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، ١٩٨٩
١١. محمد حسن علاوي . موسوعه الاختبارات النفسيه للرياضيين ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ١٩٩٨
١٢. محمد حسن علاوي ، محمود عنان . الدراسه النفسيه للعدوان والشغب والتعصب في الرياضه ، ط ١ القاهرة، ٢٠٠٣
١٣. محمد نصر الدين رضوان . الاحصاء الاستدلالي في علوم التريبه البدنيه والرياضه ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ٢٠٠٣
١٤. محمود عبد الفتاح عنان، سيكولوجية المنافسات الرياضيه ، مركز المعلومات والتوثيق ادارة النشر ١٩٩٣
١٥. مصطفى حسين باهي ، سمير عبد القادر . المدخل الى الاتجاهات الحديثه في علم النفس الرياضي القاهرة،الدار العالميه للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤
١٦. ناظم شاكر .اثر الفوز والخسارة على السلوك العدواني لدى لاعبي الكرة الطائرة ،مجله الرافدين للعلوم الرياضيه ، العدد ٢ ، جامعة الموصل ، ١٩٩٥.

الملحق (١)

تطبيق على بدرجة جدا = ٥ بدرجة كبيرة = ٤ بدرجة متوسطة = ٣ بدرجة قليلة = ٢ بدرجة قليلة جدا = ١					
٥	٤	٣	٢	١	١- اشعر بالضعف في بعض عضلات جسمي
٥	٤	٣	٢	١	٢- استطيع ان اعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد اداء مجهود بدني عنيف
٥	٤	٣	٢	١	٣- معظم زملائي اسرع مني في الجرى
٥	٤	٣	٢	١	٤- استطيع جيدا اداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم
٥	٤	٣	٢	١	٥- لاسطيع بسهولة اداء الحركات التي تتطلب الرشاقة
٥	٤	٣	٢	١	٦- استطيع حمل الاشياء الثقيلة بسهولة
٥	٤	٣	٢	١	٧- اتعب بسرعة عند بذل جهد بدني لفترة طويلة
٥	٤	٣	٢	١	٨- اجيد اداء الحركات التي تتطلب السرعة
٥	٤	٣	٢	١	٩- مرونة جسمي لاتساعدني على اداء معظم الحركات بصورة جيدة
٥	٤	٣	٢	١	١٠- استطيع بسهولة تغيير اوضاع جسمي عند اداء بعض المهارات الحركية
٥	٤	٣	٢	١	١١- جسمي ليس قويا بدرجة كافية
٥	٤	٣	٢	١	١٢- استطيع اداء مجهود بدني عنيف دون ان اتوقف لالتقط انفاس
٥	٤	٣	٢	١	١٣- احتاج الى تنمية قدراتي في الجرى السريع (العدو)
٥	٤	٣	٢	١	١٤- بعض زملائي يصفونني بان جسمي يتميز بالمرونة الجيدة
تطبيق على بدرجة جدا = ٥ بدرجة كبيرة = ٤ بدرجة متوسطة = ٣ بدرجة قليلة = ٢ بدرجة قليلة جدا = ١					
٥	٤	٣	٢	١	١٥- انا ضعيف في اداء الحركات التي تتطلب الرشاقة
٥	٤	٣	٢	١	١٦- معظم زملائي يصفونني بانني قوى بدنيا
٥	٤	٣	٢	١	١٧- لاسطيع تحمل الاداء البدني المتواصل بدون فترة راحة طويلة
٥	٤	٣	٢	١	١٨- قدراتي جيدة في الانشطة التي تتطلب سرعة الحركة
٥	٤	٣	٢	١	١٩- اشعر بان جسمي ليس مرنا بدرجة كافية
٥	٤	٣	٢	١	٢٠- معظم زملائي يصفونني بانني اجيد الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من الرشاقة
٥	٤	٣	٢	١	٢١- عضلات جسمي لاتظهر بصورة واضحة
٥	٤	٣	٢	١	٢٢- بعض زملائي يصفونني بانني لاتعب بسرعة اثناء ممارسة بعض الانشطة الرياضية
٥	٤	٣	٢	١	٢٣- لاسطيع اداء بعض الحركات التي تتطلب السرعة في الاداء
٥	٤	٣	٢	١	٢٤- لاسطيع بالرضا من ناحية مرونة جسمي
٥	٤	٣	٢	١	٢٥- لاسطيع بسهولة تغيير اتجاهات جسمي عند اداء بعض المهارات الحركية
٥	٤	٣	٢	١	٢٦- اشعر بالقوة في معظم عضلات جسمي
٥	٤	٣	٢	١	٢٧- اشعر لوقت طويل حتى استرد انفاس عقب بذلي لمجهود بدني عنيف
٥	٤	٣	٢	١	٢٨- انا اسرع من معظم زملائي في الجرى
٥	٤	٣	٢	١	٢٩- لاسطيع بسهولة اداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم
٥	٤	٣	٢	١	٣٠- استطيع بسهولة اداء الحركات التي تتطلب الرشاقة

الملحق (٢)

مقياس الاتجاه نحو المنافس

ابدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما	العبارات
١	٢	٣	٤	٥	١. يغلب على لعبى طابع الخشونة والعنف عندما يحاول البعض استفزازي
					٢. اثناء المنافسة لاشعر باى رغبة في اىذاء منافس .
١	٢	٣	٤	٥	٣. لكى يفوز اللاعب لابد له ان يهاجم منافسه بعنف خشونه
١	٢	٣	٤	٥	٤. اثناء المنافسة اشعر باننى اصبحت شخصا اخر اكثر عنفا مما اكون عليه عادة
					٥. اذا استخدم منافس الخشونة والعنف معى فاننى احاول تجنبه
١	٢	٣	٤	٥	٦. احاول استخدام اللعب لاهارب منافس
					٧. عندما توقع هزيمنى فاننى العب بخشونه وعنف
١	٢	٣	٤	٥	٨. اعتقد انه لا يوجد سبب معقول للاعتداء عمى اى لاعب منافس
					٩. بعض زملاء يصفوننى لاعب عنيف جدا في لعبى
١	٢	٣	٤	٥	١٠. في بعض المواقف اشعر برغبة في اىذاء منافس
١	٢	٣	٤	٥	١١. اذا شعرت بنية لاعب منافس في الاعتداء على فاننى ابادر بالاعتداء عليه
					١٢. لاستخدم العنف البدني اثناء اشتراكي في المنافسة
١	٢	٣	٤	٥	١٣. اجد نفس مضطرا لاستخدام العنف عندما يحاصرني منافس
					١٤. يضايقنى ان مدربى لايقبل طريق لعبى التي تتميز بعدم الخشونه
١	٢	٣	٤	٥	١٥. المنافسة الرياضية كالحرب تحتاج الى الهجوم العنيف الذي يتميز بالخشونه والعنف
١	٢	٣	٤	٥	١٦. بعض زملاء يصفوننى باننى لاعب مسالم في لعبى
١	٢	٣	٤	٥	١٧. يبدو اننى غير قادر على التحكم في اندفاعى نحو اىذاء منافس الذي يحاول استفزازى او مضايقتى
١	٢	٣	٤	٥	١٨. عندما يصيب منافس احد وملائى فاننى انتقم لزميلى بان احاول اصابة هذا المنافس اثناء اللعب
١	٢	٣	٤	٥	١٩. عندما اصاب بالاحباط اثناء المنافسة فاننى لاحاول ان العب بخشونه وعنف
					٢٠. احب ان اكون عنيفا في لعبى لكى يخشانى منافس
١	٢	٣	٤	٥	٢١. عندما يقوم البعض باستفزازى اثناء المنافسة فاننى لاميل الى استخدام العنف معه
١	٢	٣	٤	٥	٢٢. اذا استخدم منافس الخشونه معى فاننى اعتقد انه من العدل استعمال الخشونه معه
١	٢	٣	٤	٥	٢٣. اذا حاول منافس اصابتى اثناء اللعب فاننى احاول اصابته
١	٢	٣	٤	٥	٢٤. لاحاول استخدام العنف لاهارب منافس